

Service menu

- [Press](#)
- [Karriär](#)
- [Kontakt](#)

SV

language dropdown

- [EN](#)
- [DA](#)
- [FI](#)
- [IS](#)
- [NO](#)

Main navigation

- [Nordiska ministerrådet](#)
- [Nordiska rådet](#)

Mega menu

SV

language dropdown

- [EN](#)
- [DA](#)
- [FI](#)
- [IS](#)
- [NO](#)

[Nordiska ministerrådet](#)

- [Nyheter från Nordiska ministerrådet](#)
  - [Vår vision 2030](#)
    - [Handlingsplan för Vision 2030](#)
  - [Ordförandeskapet](#)
    - [Ordförandeskapsprogram för Nordiska ministerrådet 2024](#)
  - [Organisation](#)
    - [Generalsekreteraren](#)
    - [Sekretariatet](#)
    - [Styrande dokument](#)
  - [De 12 ministerråden](#)
    - [Samarbetsministrarna](#)
    - [Ministerrådet för arbetsliv](#)
    - [Ministerrådet för hållbar tillväxt](#)
    - [Ministerrådet för digitalisering](#)
    - [Ministerrådet för fiske, vattenbruk, jordbruk, livsmedel och skogsbruk](#)
    - [Ministerrådet för justitiefrågor](#)
    - [Ministerrådet för kultur](#)
    - [Ministerrådet för jämställdhet och LGBTI](#)
    - [Ministerrådet för miljö och klimat](#)
    - [Ministerrådet för social- och hälsopolitik](#)
    - [Ministerrådet för utbildning och forskning](#)
    - [Ministerrådet för ekonomi- och finanspolitik](#)
    - [Möten och referat](#)
  - [Institutioner](#)
    - [Nordisk kulturkontakt](#)
    - [Nordens hus i Reykjavik](#)
    - [Nordens hus på Färöarna](#)

- [Nordens institut i Grönland](#)
- [Nordens institut på Åland](#)
- [Nordens välfärdscenter](#)
- [NordForsk](#)
- [NordGen](#)
- [Nordic Innovation](#)
- [Nordisk Energiforskning](#)
- [Nordregio](#)
- [Nordiska institutionen för vidareutbildning inom arbetsmiljöområdet](#)

#### [Om Nordiska ministerrådet](#)

- [Nordiska ministerrådets historia](#)
- [Budget](#)

#### [Nordiska rådet](#)

- [Nyheter från Nordiska rådet](#)

#### [Det parlamentariska samarbetet](#)

- [Nordiska rådets ärenden](#)
- [Nordiska rådets internationella samarbete](#)

#### [Presidentskapet](#)

- [Presidentskapsprogram för Nordiska rådet 2024](#)

#### [Organisation](#)

- [Rådsdirektören](#)
- [Sekretariatet](#)
- [Styrande dokument](#)

#### [Nordiska rådets medlemmar och utskott](#)

- [Alla medlemmar](#)
- [Presidium](#)
- [Utskottet för kunskap och kultur i Norden](#)
- [Utskottet för ett hållbart Norden](#)
- [Utskottet för tillväxt och utveckling i Norden](#)
- [Utskottet för välfärd i Norden](#)
- [Kontrollkommittén](#)
- [Valkommittén](#)

#### [Sessioner och möten](#)

- [Protokoll och kommande möten](#)
- [Session 2024](#)
- [Temasession 2024](#)
- [Tidigare sessioner](#)

#### [Om Nordiska rådet](#)

- [Nordiska rådets historia](#)
- [Årsrapport](#)

#### [Aktuellt](#)

- [Alla nyheter](#)
- [Arrangemang](#)

#### [Aktuella initiativ](#)

- [Nordiska och baltiska demokratifestivaler 2024](#)

#### [Press](#)

- [Nordisk bildbank](#)
- [Karriär](#)

#### [Kunskap och tjänster](#)

- [Bo, jobba och studera i Norden](#)

#### [Publikationer](#)

- [Ge ut en publikation](#)

#### [Fakta och statistik](#)

- [Fakta om Norden](#)
- [Nordisk statistik](#)

#### [Stödmöjligheter](#)

- [Om stöd från Nordiska ministerrådet](#)
- [Anbud](#)
- [Gränshinderdatabasen](#)

[Om det nordiska samarbetet](#)

- [Det nordiska samarbetets historia](#)

[Nordiska rådets priser](#)

- [Miljöpriset](#)
- [Barn- och ungdomslitteraturpriset](#)
- [Litteraturpriset](#)
- [Filmpriset](#)
- [Musikpriset](#)

[Politikområden](#)

- [Miljö och klimat](#)
- [Kultur](#)
- [Lag och rätt](#)
- [Hållbar utveckling](#)
- [Digitalisering och innovation](#)
- [Barn och unga](#)
- [Se alla politikområden](#)

## Service menu

- [Press](#)
- [Karriär](#)
- [Kontakt](#)

Search

Sök

Meny

[Info Norden](#)

Välj ett land [Sverige](#)

Dölj ämnen

- [Arbetssökande](#)
- [Barn](#)
- [Bil](#)
- [Bostad](#)
- [Dödsfall](#)
- [Flytta](#)
- [Företag](#)
- [Graviditet och förlossning](#)
- [Gymnasieutbildning](#)
- [Hem och familj](#)
- [Hälsa](#)
- [Högre utbildning](#)
- [Jobb](#)
- [Nordiskt samarbete](#)
- [Pension](#)
- [Privatekonomi](#)
- [Samhälle](#)
- [Socialförsäkring](#)
- [Stödordningar](#)
- [Tillfällig vistelse](#)
- [Tull och skatt](#)
- [Utbildning](#)

## Svensk arbetslöshetsersättning

Relaterade ämnen:

[Socialförsäkring](#)

[Jobb](#)

[Arbetssökande](#)

[Privatekonomi](#)

[Mail](#) [Facebook](#) [Linkedin](#) [Twitter](#)

Här kan du läsa om hur du hittar en svensk arbetslöshetskassa, hur du blir arbetslöshetsförsäkrad i Sverige och vilka villkoren är för arbetslöshetsersättning från Sverige. Du kan också läsa om reglerna för vad som gäller om du pendlar till ett jobb i ett annat nordiskt land, blir arbetslös och ska ansöka om arbetslöshetsersättning från utlandet.

Om du blir arbetslös kan du ha rätt till arbetslöshetsersättning. Det kräver att du är arbetslöshetsförsäkrad. I vissa nordiska länder är du automatiskt försäkrad när du arbetar, medan du i andra länder måste anmäla dig till en arbetslöshetskassa. Om du har bott i ett nordiskt land och arbetat i ett annat eller om du flyttar mellan två nordiska länder måste du vara extra noga med vilka regler som gäller.

## Arbetslöshetsförsäkring i Sverige

Om du arbetar i Sverige är det i de flesta fall de svenska reglerna för socialförsäkring som gäller för dig, så du måste bli medlem i en svensk arbetslöshetskassa (a-kassa) för att vara arbetslöshetsförsäkrad.

I Sverige är det frivilligt att vara medlem i en a-kassa, men de flesta väljer att vara det eftersom medlemskapet ger ekonomisk säkerhet om man blir arbetslös. Du ska själv kontakta en svensk a-kassa för att bli medlem.

I Sverige kan du som uppfyller vissa villkor få arbetslöshetsersättning. Den svenska arbetslöshetsförsäkringen består av två delar, en allmän grundförsäkring (grundbelopp) och en frivillig inkomstbortfallsförsäkring (inkomstrelaterad ersättning). För att ha rätt till den inkomstrelaterade ersättningen måste du vara medlem i en arbetslöshetskassa.

### Kan du bli arbetslöshetsförsäkrad i Sverige?

Alla som arbetar i Sverige är arbetslöshetsförsäkrade i form av en allmän grundförsäkring. Är du dessutom medlem i en arbetslöshetskassa kan du även ha rätt till inkomstbortfallsförsäkring. Du har endast rätt till arbetslöshetsersättning om du uppfyller ersättningsvillkoren.

Se avsnittet "Vilka villkor ska du uppfylla för att ha rätt till svensk arbetslöshetsersättning?" längre ner på denna sida.

### Hur fungerar arbetslöshetsförsäkringen i Sverige?

Den svenska arbetslöshetsförsäkringen består av två delar, en allmän grundförsäkring och en frivillig inkomstbortfallsförsäkring. Båda delarna omfattar såväl arbetstagare som företagare. Grundförsäkringen betalas ut endast till arbetssökande som fyllt 20 år. För att ha rätt till den inkomstrelaterade ersättningen måste du vara medlem i en arbetslöshetskassa.

I Sverige är det arbetslöshetskassorna som betalar ut arbetslöshetsersättning.

### Kan du bli medlem i en arbetslöshetskassa i Sverige?

Du har rätt att bli medlem i en a-kassa om du vid ansökningstillfället förvärvsarbetar inom a-kassans verksamhetsområde. Även du som vid ansökningstillfället inte arbetar har rätt att bli medlem i en arbetslöshetskassa, om du uppfyllde villkoren när du senast arbetade.

Du har inte rätt att bli medlem i en arbetslöshetskassa om du har fyllt 64 år. Du har heller inte rätt att vara medlem i mer än en arbetslöshetskassa åt gången.

Du hittar mer information om arbetslöshetskassorna hos a-kassornas samorganisation Sveriges a-kassor.

[Hitta din a-kassa \(Sveriges a-kassor\)](#)

## Arbetslöshetsersättning i Sverige

Om du är arbetslös ska du ansöka om arbetslöshetsersättning i det land där du bor. Det gäller också om du har arbetat i ett annat nordiskt land.

### Vilka villkor ska du uppfylla för att ha rätt till svensk arbetslöshetsersättning?

Du har rätt till arbetslöshetsersättning om du uppfyller de allmänna villkoren och arbetsvillkoret.

De allmänna villkoren är uppfyllda om du

- är arbetsför och oförhindrad att åta dig arbete minst 3 timmar varje arbetsdag och i genomsnitt minst 17 timmar i veckan
- är anmäld som arbetssökande hos den offentliga arbetsförmedlingen
- står till arbetsmarknadens förfogande.

Arbetsvillkoret är uppfyllt om du, under en period av tolv månader (ramtiden), omedelbart före arbetslöshetens inträde

- haft förvärvsarbete i minst 6 månader och utfört arbetet under minst 80 timmar per kalendermånad, eller
- haft förvärvsarbete i minst 480 timmar under en sammanhängande period av 6 kalendermånader och utfört arbetet under minst 50 timmar under var och en av dessa månader.

### Hur länge kan du få arbetslöshetsersättning i Sverige?

Om du uppfyller villkoren för arbetslöshetsersättning beviljar arbetslöshetskassan dig en ersättningsperiod på 300 ersättningsdagar. Föräldrar som på dag 300 har barn under 18 år kan få ytterligare 150 ersättningsdagar.

Innan din ersättning börjar betalas ut har du 6 dagars karenstid.

### **Hur mycket arbetslöshetsersättning kan du få i Sverige?**

Grundbeloppet lämnas till dig som inte är medlem i en arbetslöshetskassa eller till dig som är medlem i en arbetslöshetskassa men inte uppfyller medlemsvillkoret. Grundbeloppet är oberoende av tidigare inkomst och är maximalt 365 kronor per dag. Om du har arbetat mindre än heltid minskas grundbeloppet i proportion till arbetstiden.

Inkomstrelaterad ersättning lämnas till dig som varit medlem i en arbetslöshetskassa under minst 12 månader, under förutsättning att du efter det senaste inträdet i arbetslöshetskassan har uppfyllt arbetsvillkoret.

När du har rätt till inkomstrelaterad ersättning är nivån de första 100 dagarna 80 procent av din tidigare inkomst (dock högst 910 kronor per dag).

Ersättningsnivån de resterande 200 dagarna är 70 procent av din tidigare inkomst (dock högst 760 kronor per dag). Om du har arbetat mindre än heltid minskas ersättningen i proportion till arbetstiden.

### **Hur ansöker du om arbetslöshetsersättning i Sverige?**

Du ansöker om arbetslöshetsersättning hos den arbetslöshetskassa du är medlem i. Om du inte är medlem i en arbetslöshetskassa och inte heller vill ansöka om medlemskap i en arbetslöshetskassa kan du ansöka om arbetslöshetsersättning hos Alfa-kassan.

Din ansökan om arbetslöshetsersättning och andra blanketter skickar du till din arbetslöshetskassa. Du hittar de blanketter du behöver för att ansöka om arbetslöshetsersättning på respektive arbetslöshetskassas webbplats.

### **I vilket land ansöker du om arbetslöshetsersättning om du pendlar till ett arbete utomlands?**

Om du arbetar i ett land och bor i ett annat ska du ansöka om arbetslöshetsersättning i det land du bor i, om du blir helt arbetslös.

Om du bor i Sverige och har arbetat i ett annat nordiskt land och blir helt arbetslös är det viktigt att du skickar in din ansökan till arbetslöshetskassan i Sverige omedelbart efter att ditt arbete har upphört. Det vill säga din första arbetslösa dag. Om du är delvis eller periodvis arbetslös ska du ansöka om arbetslöshetsersättning i det land där du arbetar.

### **Var ska du vara arbetslöshetsförsäkrad om du arbetar i flera länder?**

Utgångspunkten är att du ska vara arbetslöshetsförsäkrad i det land där du arbetar. För mer information om vad som gäller om du arbetar i två länder samtidigt bör du kontakta din arbetslöshetskassa och rådgöra med dem.

### **Sammanläggning av försäkringsperioder när du har arbetat utomlands**

För att kunna få arbetslöshetsersättning och kunna tillgodoräkna dig försäkringsperioder, anställningsperioder eller perioder av verksamhet som egenföretagare som du fullgjort i andra EU-/EES-länder och Schweiz krävs i regel att du senast har arbetat i Sverige när du ansöker om ersättning här.

Mellan de nordiska länderna gäller den nordiska konventionen om social trygghet. Enligt denna konvention finns det en så kallad femårsregel som innebär att du som har omfattats av den svenska arbetslöshetsförsäkringen och därefter har bott och arbetat i ett annat nordiskt land, kan på nytt inträda i den svenska försäkringen om du återvänder till Sverige inom fem år. Du som senast arbetade i ett annat nordiskt land kan därmed under vissa förutsättningar ansöka om arbetslöshetsersättning i Sverige och tillgodoräkna dig försäkringsperioder, anställningsperioder eller perioder av verksamhet som egenföretagare från tidigare arbetsländer.

Tänk på att du måste ansöka om medlemskap i en svensk arbetslöshetskassa inom 8 veckor från den tidpunkt då du upphör att vara försäkrad i det land som du flyttar från för att ha möjlighet att upprätthålla en sammanhängande försäkringsperiod om 12 månader. Observera att du ska ansöka om medlemskap i den arbetslöshetskassa vars verksamhetsområde du senast arbetade inom.

När du har arbetat i ett annat nordiskt land ska du dokumentera dina försäkrings- och arbetsperioder genom intyget PD U1 om du vill ansöka om arbetslöshetsersättning i Sverige.

Du har arbetat i Danmark

Om du har arbetat i Danmark och har varit medlem i en dansk a-kassa ska du ansöka om intyg PD U1 hos din a-kassa i Danmark. Om du inte har varit medlem i en a-kassa utfärdas intyget av Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering.

[Lista över a-kassor i Danmark](#)

[Ansök om intyg PD U1](#)

[Kontakta Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering](#)

Du har arbetat i Finland

Om du har arbetat i Finland och har varit medlem i en finsk a-kassa ska du ansöka om intyg PD U1 hos din a-kassa i Finland. Om du inte har varit medlem i en a-kassa utfärdas dokumentet av Folkpensionsanstalten.

[Lista över a-kassor i Finland](#)

[Kontakta Folkpensionsanstalten](#)

Du har arbetat på Färöarna

Du är automatiskt med i en a-kassa när du arbetar på Färöarna. Om du har arbetat på Färöarna ska du därför kontakta Arbejdsloysisskipanin för information om att överföra din arbetslöshetsförsäkring till Sverige.

[Kontakta Arbejdsloysisskipanin](#)

Du har arbetat på Grönland

På Grönland kan du få utfärdat formuläret Ophold- og skatteattest. För att myndigheten ska kunna utfärda formuläret måste du ange ditt namn, födelsedatum (eventuellt danskt personnummer) och din grönländska arbetsgivare. Uppgifterna ska skickas till sydtax@nanoq.gl.

[Naalakkersuisut](#)

Du har arbetat på Island

På Island utfärdas intyg PD U1 av arbetsförmedlingen.

[Kontakta arbetsförmedlingen på Island](#)

Du har arbetat i Norge

I Norge är det NAV som utfärdar intyg PD U1 som du ska använda när du ska överföra din rätt till arbetslöshetsersättning till Sverige. På NAV:s webbplats hittar du information om hur du ansöker om intyg PD U1 och vad du ska verifiera för att kunna ansöka. Du ska skicka in din ansökan till NAV tillsammans med en bekräftelse på dina arbetsförhållanden i Norge, en kopia på ditt kontrakt/anställningsavtal och ett lönebesked och slutskattebesked för den period du ansöker om intyg PD U1 för.

[Kontakta NAV](#)

Du har arbetat i Sverige

Om du har arbetat i Sverige och har varit medlem i en svensk a-kassa ska du ansöka om intyg PD U1 hos din a-kassa i Sverige. Om du inte har varit medlem i en a-kassa utfärdas intyget av Alfa-kassan.

[Lista över a-kassor i Sverige \(IAF\)](#)

## Sök jobb utomlands med a-kassa från hemlandet

Om du får arbetslöshetsersättning från ett nordiskt land kan du i vissa fall ta med din ersättning utomlands i upp till tre månader medan du söker jobb där.

### Kan du ta med dig svensk arbetslöshetsersättning utomlands?

Om du får arbetslöshetsersättning i Sverige kan du ta med dig ersättningen i tre månader om du vill söka arbete i ett annat nordiskt land. Du måste dock uppfylla vissa villkor. Till exempel:

- Du måste vara medlem i en svensk arbetslöshetskassa eller ansluten till Alfa-kassan.
- Du måste vara berättigad till arbetslöshetsersättning senast den dag du reser från Sverige.
- Du ska sammanlagt ha varit anmäld hos arbetsförmedlingen som helt arbetslös och ha stått till arbetsmarknadens förfogande i minst fyra veckor efter att du senast blev arbetslös.

För att få svensk arbetslöshetsersättning medan du söker arbete utomlands ska du ha intyg PD U2 från Inspektionen för arbetslöshetsförsäkringen (IAF).

[Så här går det till att ansöka om intyg U2 \(IAF\)](#)

### Vad ska du göra när du söker jobb utomlands med svensk a-kassa?

När du kommer till det land där du ska söka arbete ska du anmäla dig på en arbetsförmedling inom sju dagar räknat från och med avresedagen för att få arbetslöshetsersättning utbetald från och med avresedagen. Om du anmäler dig på arbetsförmedlingen efter att dessa sju dagar har passerat kan du få ersättning först från och med anmälningsdagen. Observera att du ska följa det andra nordiska landets regler under tiden du befinner dig där för att söka arbete. Det är fortfarande din svenska a-kassa som betalar din arbetslöshetsersättning.

- **Kontakta din a-kassa i Sverige i god tid** före din planerade avresa för att få information om särskilda krav, tidsfrister och eventuell väntetid i behandlingen av ärendet.
- **Om du inte får jobb utomlands** inom de tre månaderna ska du för att behålla din rätt till svensk arbetslöshetsersättning återvända till Sverige och anmäla dig hos din a-kassa och hos arbetsförmedlingen. Om du inte kommer hem innan de tre månaderna är över upphör din rätt till ersättning.
- **Om du får jobb utomlands** ska du i regel tillhöra arbetslöshetsförsäkringen i det nya arbetslandet. Kontakta din svenska arbetslöshetskassa samt arbetsförmedlingen i arbetslandet.

[Sök jobb i Danmark med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb i Finland med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb på Island med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb i Norge med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb på Grönland med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb på Färöarna med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

[Sök jobb på Åland med arbetslöshetsersättning från Sverige](#)

## Kan du söka jobb i Sverige med arbetslöshetsersättning från utlandet?

Om du får arbetslöshetsersättning i ett annat nordiskt land kan du under vissa villkor söka arbete i Sverige. Kontakta arbetslöshetskassan i ditt hemland för mer information.

[Sök jobb i Sverige](#)

## Mer information

Mer detaljerad information om den svenska arbetslöshetsförsäkringen, hur mycket du kan få i arbetslöshetsersättning, kontaktinformation till de olika arbetslöshetskassorna, information om den nordiska konventionen och EU-regler på arbetslöshetsförsäkringsområdet kan du hitta på arbetsförmedlingens, IAF:s och Sveriges a-kassors webbplatser.

[Arbetsförmedlingen](#)

[Inspektionen för arbetslöshetsförsäkringen](#)

[Sveriges a-kassor](#)

[Nordisk konvention om social trygghet](#)

[Förordning 883/2004](#)

Kontakta organisation eller myndighet

[Sveriges a-kassor](#)

[Arbetsförmedlingen](#)

[Inspektionen för arbetslöshetsförsäkringen](#)

Fråga Info Norden

Du kan fylla i vårt kontaktformulär om du har frågor eller har stött på ett hinder i ett annat nordiskt land.

[Kontakta Info Norden](#)

**OBS!** Om du har frågor angående behandlingen av ett specifikt fall, ansökan eller andra personliga omständigheter, vänligen kontakta den behöriga myndigheten.

## Relaterat innehåll

[Elektronisk legitimation i Sverige](#)

[Guide: Jobba i norra Sverige](#)

[Guide: Jobba i Sverige](#)

[Helgdagar i Sverige](#)

[Vilket lands socialförsäkringslagstiftning omfattas du av?](#)

< >

Info Norden är Nordiska ministerrådets informationstjänst. Vi ger översikt och genvägar till dem som vill flytta, arbeta, studera, söka stöd eller starta ett företag i Norden.

[Om Info Norden](#)

Ställ en fråga

[Fyll i vårt kontaktformulär här](#)

Hitta kontor

[Info Nordens kontor](#)

[info@infonorden.org](mailto:info@infonorden.org)

## Aktuellt

- [Nyheter](#)
- [Kalender](#)
- [Publikationer](#)
- [Ansök om stöd](#)
- [Om stöd från Nordiska ministerrådet](#)

## Inblick

- [Integritetspolicy](#)
- [Tillgänglighetsredogörelse](#)
- [Designmanual](#)

## Organisation

- [Nordiska ministerrådet](#)
- [Nordiska rådet](#)
- [Info Norden](#)
- [Organisationer](#)

## Följ Nordiskt samarbete

- [Facebook](#)
- [Linkedin](#)
- [Twitter](#)

Nordiska rådet och Nordiska ministerrådet | Nordens Hus | Ved Stranden 18, 1061 København K, Danmark | [Kontakt](#) | [Om webbplatsen](#) | [Upplýsingar á føroyskum](#)